

法政大学学術機関リポジトリ

HOSEI UNIVERSITY REPOSITORY

PDF issue: 2025-01-15

競技レベル別にみたサッカー選手のパーソナリティおよび心理的競技的能力に関する検討

IIMURA, Shuhei / 松岡, 悠太 / NAKAZAWA, Tadashi / 飯村, 周平 / 中澤, 史 / MATSUOKA, Yuta

(出版者 / Publisher)

法政大学スポーツ研究センター

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

BULLETIN OF Sports Research Center, HOSEI UNIVERSITY / 法政大学スポーツ研究センター紀要

(巻 / Volume)

39

(開始ページ / Start Page)

15

(終了ページ / End Page)

19

(発行年 / Year)

2021-03-31

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00026192>

競技レベル別にみたサッカー選手のパーソナリティおよび心理的競技的能力に関する検討

Examination of soccer player's personality and psychological competitive ability by competition level

中 澤 史 (国際文化学部・スポーツ健康学研究科)

Tadashi Nakazawa

松 岡 悠 太 (スポーツ健康学研究科)

Yuta Matsuoka

飯 村 周 平 (東京大学・日本学術振興会 PD)

Shuhei Iimura

要 旨

本研究では、大学の体育会サッカー部に所属する男子大学生 47 名 (平均年齢 19.50±0.60 歳) を調査対象者として、競技レベル別 (レギュラー群, 非レギュラー群) にみた選手のパーソナリティおよび心理的競技能力について検討した。その結果, エゴグラムを用いて測定した選手のパーソナリティでは, 論理性, 客観性などの機能を有する A の自我状態において, 非レギュラー群の方がレギュラー群よりも有意に高いことが示された。エゴグラム・プロフィールによる分析の結果, レギュラー群のパーソナリティは自他肯定型であり, 非レギュラー群は自己肯定型であることが示された。また心理的競技能力では, 両群間において有意な差は認められなかった。

キーワード: エゴグラム, 心理的競技能力, 競技レベル, サッカー選手

Key words: Ego-gram, Psychological competitive ability, Competition level, Soccer player

I 緒言

競技スポーツに取り組む指導者やアスリートが、「根性がない」「メンタルが弱い」などと表現することがある。この場合の根性やメンタルは強化できる, もしくは鍛えることができる能力として捉えられている。しかしながら, 根性やメンタルという概念が具体的にどのような能力を示すものなのか曖昧であった。

このような現状の中, 徳永・橋本 (1987) を端緒として, アスリートに求められる根性やメンタルといった精神力に関する研究が行われてきた。その結果, アスリートに求められる精神力は, 競技意欲, 精神の安定・集中, 自信, 作戦能力, 協調性の 5 因子から構成されることが明らかとなった。また, 競技意欲の因子は忍耐力, 闘争心, 自己実現意欲および勝利意欲, 精神の安定・集中の因子は自己コントロール能力, リラックス能力および集中力, 自信の因子は自信と決断力, 作戦能力の因子は予測力と判断力, 協調性の因子は協調性の下位尺度を有することが示され, これらの能力は心理的競技能力と定義された。

現在では, この能力を診断する心理的競技能力診断検査 (徳永・橋本, 1988; Diagnostic Inventory of Psychological Competitive Ability for Athlete, 以下, DIPCA, 現在は DIPCA.3 に改訂) が開発されている。DIPCA.3 を用いた一連の研究 (徳永ほか, 2000; 村上ほか, 2004; 中澤ほか, 2019 など) では, 総じて競技レベルが高い選手ほど DIPCA.3 の得点が高いこと

が示唆されている。

中込・鈴木 (1985) は, 競技スポーツに取り組む中で経験する諸問題への対処行動を通してアスリートの自我が強化され人格形成がなされると指摘している。竹之内・奥田 (2003) は, 高自我発達者は競技レベルが高い者が多いと報告している。杉浦 (2001, 2004) は, スポーツ活動において直面する様々な心理的問題への対処行動が, アスリートの人格形成や心理社会的スキルの促進に寄与すると指摘している。また竹之内ほか (2006) は, 運動部活動や日常生活において直面する危機体験に対する対処行動がアスリートのパーソナリティ発達に影響を及ぼす可能性を指摘している。さらに中澤 (2011) は, 競技成績の優劣に関係なく, 競技スポーツ経験がアスリートの自我状態の成長を促進すると報告している。

これらの研究結果を踏まえ, 昨今では競技スポーツの指導者やアスリート自身が, チームや個人の競技力向上の一助として DIPCA.3 やパーソナリティなどに関する心理的データを活用するケースが認められる (中澤, 2011; 伊東ほか, 2019 など)。本研究においても, 調査対象チームの指導スタッフから依頼を受けたことに鑑み, 競技レベル別にみた大学生の男子サッカー選手の心理的競技能力とパーソナリティの差異について検討することを目的とした。なお, 本研究では中澤 (2011) に倣い, パーソナリティを人の思考・行動様式と定義する交流分析理論に依拠することとした。また, サッカー選手の思考・行動様式を分析対象とすることから, 特に人の行

動面に主眼を置くエゴグラム(桂ほか, 1999)をアセスメントツールとして用いることとした。

II 方法

1. 調査対象者

大学の体育会サッカー部に所属する男子大学生47名(平均年齢19.50±0.60歳:表1)を調査対象者とした。調査対象者には守秘義務の厳守などについて説明し、データ使用の了承を得た。

2. 調査時期・方法: X年2月に集合調査法による質問紙調査を実施した。

3. 質問紙: フェイスシートを用いて、調査対象者の氏名、年齢、学年等を収集した。心理検査として、桂式自己成長エゴグラム(桂ほか, 1999, Self Grow-up Egogram, 以下SGE)およびDIPCA.3を使用した。

3.1 SGE: エゴグラムは、1957年にエリック・バーンが提唱した交流分析理論に基づき、場面や状況によって変化する人の思考・行動様式を5つの自我状態(表2)に分類し、その発生頻度をプロフィールに表すことによって人のパーソナリティを現象的、客観的に捉えるための工夫が施された心理検査である。開発当初、エゴグラムは医療現場において精神科の治療に用いられることが多かったが(太田ほか, 1996)、各自我状態の長所と短所を解釈することで、スポーツ選手のパーソナリティについて多角的な検討が可能であることから、近年ではスポーツ現場でも活用されている(伊東ほか, 2019など)。SGEでは、50の質問項目に3件法(はい:2点, どちらでもない:1点, いいえ:0点)で回答することにより5つの自我状態の得点を算出し、それらをグラフ化することによって個人のパーソナリティをエゴグラム・プロフィールとして視覚化することができる。

3.2 DIPCA.3: DIPCA.3は、競技場面においてアスリートに

求められる心理的競技能力の診断を目的として開発された質問紙である。心理的競技能力は、前述の5因子及び12の下位尺度により構成される。DIPCA.3は52の質問項目から構成され、「ほとんどそうでない:1点」～「いつもそうである:5点」の5件法で回答する。

4. 分析手順

4.1 統計解釈: 選手の競技レベルは当該チームの指導者によって3群(レギュラー群, 準レギュラー群, 非レギュラー群)に大別された。分析では競技レベルの差が大きいと思われるレギュラー群と非レギュラー群のパーソナリティの差異について検討するため、エゴグラムにおける5つの自我状態の平均値の差について対応のないt検定を行った。DIPCA.3においても同様に、前述の2群の平均値の差について対応のないt検定を行った。統計学的解析にはHAD(清水, 2016)を使用し、統計学的有意水準は全て5%とした。効果量は水本・竹内(2008)の基準に従いCohen's *d*を用いた。

4.2 エゴグラムを用いた分析: デュセイ(2007)は、エゴグラムは個人の心的エネルギーの量を示すとともに、その独特な形から個人のパーソナリティの理解を可能にする手段となると指摘している。本研究では、レギュラー群および非レギュラー群の5つの自我状態の平均値を用いてエゴグラム・プロフィールを作成し、エゴグラムの高さ、位置および形などに注目しながら比較検討した。

III 結果および考察

1. 競技レベル別にみたパーソナリティについて

調査対象者は、SGEに対して個人の認識や知覚に基づいて回答している。そこでSGEの内的整合性を検討するため5つの自我状態について信頼性係数(Cronbach's α)を算出した。その結果、CPが.672, NPが.590, Aは.755, FCが.550, ACが.822を示した。

5つの自我状態の平均値の差について分析したところ、表3

表1 調査対象者の内訳

	レギュラー群	準レギュラー群	非レギュラー群	合計
1年生	4	3	5	12
2年生	1	5	5	11
3年生	8	3	1	12
4年生	9	2	1	12
合計	22	13	12	47

表2 5つの自我状態

CP: 義務感, 責任感, 信念, 理想の追求などの側面に関わる心性
NP: 受容, 思いやり, 自他の心身の育成などの側面に関わる心性
A: 論理性, 合理性, 客観性, 計画性などの側面に関わる心性
FC: 自主性, 活動性, 積極性, 創造性などの側面に関わる心性
AC: 協調性, 社会性, 妥協, 依存などの側面に関わる心性

の通り A の自我状態において非レギュラー群の方がレギュラー群より有意に高い値を示した ($t(32) = 2.15, p = .039, d = 0.36$)。また、図 1 に両群の 5 つの自我状態の平均値を用いて競技レベル別のエゴグラム・プロフィールを示した。

A の自我状態における有意差から、非レギュラー群の選手はレギュラー群の選手以上に俯瞰的、分析的な思考・対処様式をとる傾向が高いことが示された。これはエゴグラムを用いてテニス選手の競技レベルの差異について検討した中澤ほか (2009) の結果を支持するものである。瞬時の判断が求められる競技場面では、A の自我状態に基づくプレーの継続は実力発揮という点においては望ましくない可能性がある。

つまり、A の自我機能に基づく客観的思考の発揮には間をとる必要がある。しかし、展開が早い競技スポーツの場面では、間をとりすぎると味方との連携や相手との駆け引きに後れを取ってしまうリスクが高くなる。このような競技特性を鑑みると、A の自我状態はサッカーの競技場面で求められる中心的な自我機能として望ましくない可能性がある。

このことは、図 1 のエゴグラム・プロフィールにおいても確認できる。両群のエゴグラム・プロフィールをみると、レギュラー群は NP と FC の自我状態が優れた M 型のプロフィールである。NP は他者への志向性を、また FC は積極性や創造性の自我機能を有するため、レギュラー群の選手は自他肯定型の思考性を有すると考えられる。一方、非レギュラー群は CP と A が優れた平坦型のプロフィールである。CP は信念や

責任感などに基づく主体性を発揮する自我機能を、A は客観性や論理性などの自我機能を有しており、非レギュラー群の選手は自己肯定的思考性を有すると考えられる。瞬時の判断が求められるサッカーでは、主体的なプレーは重要であるが、同時に周囲との連携プレーも不可欠となる。その意味では、自他肯定的なレギュラー群の選手のような思考様式がサッカーの競技場面では適している可能性がある。チームメイトとの連携や協働を要する団体競技では、競技レベルに優れた選手ほど M 型のエゴグラム・プロフィールを示すことが先行研究 (中澤ほか, 2009; 中澤ほか, 2017; 伊東ほか, 2018; 中澤ほか, 2019) において確認されていることを鑑みると、競技レベルに優れたサッカー選手のパーソナリティがそれらと同様の傾向を示したことは理解できる。

非レギュラー群のエゴグラム・プロフィールに認める高位な CP と A については、レギュラー選手にふさわしいプレースタイルについて模索する非レギュラー群の選手たちの葛藤の表れであると解釈することもできる。このプロセスを経た後、非レギュラー群の選手たちが、どのような心理的変容を遂げるのかについて調査することは、本研究で示された結果を検証する一助となる可能性がある。なお、NP (.590) と FC (.550) の信頼性は小宮・布井 (2018) の「.60 以上であれば受け入れ可能」との報告に鑑みてもやや低いため、これらについては参考程度に留めておく必要がある。

表 3 競技レベル別にみたエゴグラム得点の平均値の比較

	レギュラー群 (n=22)		非レギュラー群 (n=12)		t 値	df	p 値	d 値
	M	SD	M	SD				
CP	68.66	24.56	79.74	20.10	1.34	32	0.191	0.23
NP	75.37	21.91	74.05	18.07	0.18	32	0.860	0.03
A	61.32	26.75	79.61	16.22	2.15	32	0.039*	0.36
FC	77.30	21.40	73.64	11.67	0.55	32	0.588	0.10
AC	46.92	36.14	55.47	24.29	0.73	32	0.470	0.13

Note) * $p < 0.05$, d : Small = 0.20, Medium = 0.50, Large = 0.80 (水本・竹内, 2008)

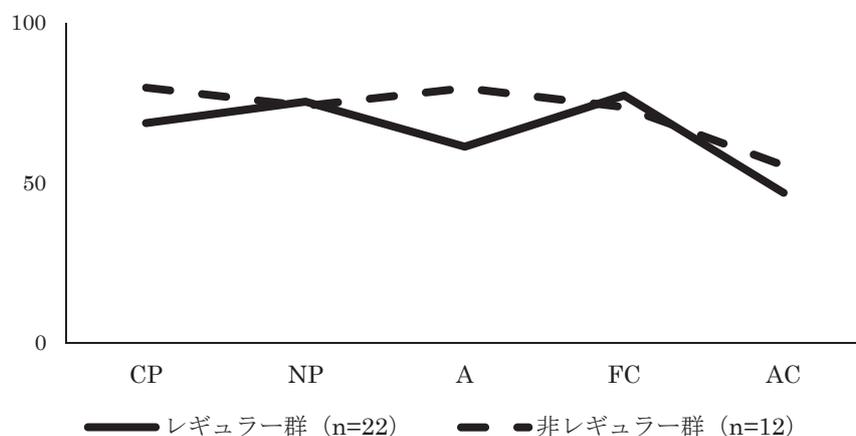


図 1 競技レベル別にみたエゴグラムの比較

2. 競技レベル別にみた心理的競技能力について

調査対象者は、DIPCA.3 に対して個人の認識や知覚に基づいて回答している。そこで DIPCA.3 の内的整合性を検討するため 12 の下位尺度について信頼性係数 (Cronbach's α) を算出した。その結果、忍耐力が .806, 闘争心が .739, 自己実現意欲が .077, 勝利意欲が .492, 自己コントロール能力が .597, リラックス能力が .835, 集中力が .635, 自信が .726, 決断力が .693, 予測力が .641, 判断力が .794, 協調性が .863 を示した。

DIPCA.3 の 12 の下位尺度の平均値の差について分析したところ、表 4 および図 2 の通りすべての下位尺度において有意な差は認められなかった。

競技レベル別に心理的競技能力を比較した徳永・橋本 (2000)

や村上ほか (2004) は、競技レベルの高い選手ほど自信と作戦能力に優れることを明らかにしている。徳永ほか (2000) は、試合の経験値が高い選手ほど DIPCA.3 の数値も高くなることを、徳永 (2001) は、大会参加回数が多い選手ほど、精神の安定・集中の因子や自信と作戦能力が高いと報告している。また徳永 (2005) は、スポーツ競技の継続が心理的競技能力に影響を及ぼすと報告しており、さらに国井・野村 (2013) は、十分な練習量を確保している選手ほど競技意欲の因子が向上することを明らかにしている。

これらを鑑みると、豊富な競技経験を有するサッカーエリートたちを調査対象者とした本研究における両群間の DIPCA.3 の数値が同等レベルであったことは理解できる。このことから、非レギュラー群の選手においては、選手個々のスキルや

表 4 競技レベル別にみた DIPCA.3 得点の平均値の比較

	レギュラー群 (n=22)		非レギュラー群 (n=12)		t 値	df	p 値	d 値
	M	SD	M	SD				
忍耐力	15.55	2.81	15.75	2.77	0.21	23	0.839	0.04
闘争心	18.23	2.27	17.92	1.93	0.40	32	0.691	0.07
自己実現意欲	17.00	1.60	17.00	1.60	0.00	23	1.000	0.00
勝利意欲	15.95	2.48	16.83	1.12	1.16	32	0.255	0.20
自己コントロール能力	14.86	2.90	15.17	2.76	0.30	32	0.769	0.05
リラックス能力	13.59	4.17	14.25	2.18	0.61	32	0.549	0.11
集中力	16.05	2.65	15.83	2.41	0.23	32	0.819	0.04
自信	15.09	2.76	15.17	2.25	0.08	32	0.936	0.01
決断力	14.05	2.75	14.75	2.14	0.77	32	0.448	0.13
予測力	13.55	2.60	14.08	2.54	0.58	32	0.565	0.10
判断力	13.45	2.56	13.92	3.00	0.47	32	0.639	0.08
協調性	17.86	2.01	16.17	4.45	1.25	13	0.231	0.33

Note) d : Small = 0.20, Medium = 0.50, Large = 0.80 (水本・竹内, 2008)

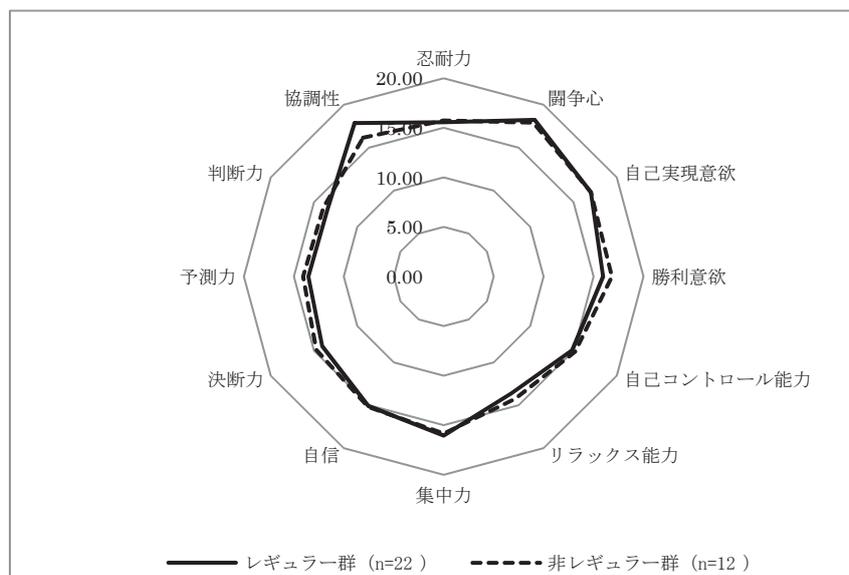


図 2 競技レベル別にみた DIPCA.3 の比較

フィジカルなどをさらに磨き、競技場においてそれらを効果的に発揮できるような能力を修得することによって、レギュラー選手へと近づくことができるのではないかと考えられる。なお、自己実現意欲 (.077)、勝利意欲 (.492)、自己コントロール能力 (.597) については信頼性係数が低いため、ここの結果については参考程度に留めておくべきである。

IV まとめ

大学生のサッカー選手を調査対象者として、選手の競技レベルをレギュラー群と非レギュラー群に大別し、両群のパーソナリティと心理的競技能力について検討した。SGEを用いて両群のパーソナリティについて検討した結果、Aの自己状態において非レギュラー群の方がレギュラー群より有意に高いことが示された。また、エゴグラム・プロフィールに基づく検討の結果、レギュラー群のパーソナリティは自他肯定型である一方、非レギュラー群は自己肯定型であることが示された。次に、DIPCA.3を用いて両群の心理的競技能力について検討した結果、両群間で有意な差は認められなかった。

本研究では単独チームを調査対象としていることから、十分な統計的検定力を担保するために必要なサンプルサイズを確保することができなかった。今後はサンプルサイズを拡大するとともに、学年別、ポジション別の比較といった多角的な検討も必要となる。また、非レギュラー群の選手たちの心理的変容過程について縦断的調査を通して解明する必要もある。

文献

- ジョン, M. デュセイ (2007) エゴグラム: ひと目でわかる性格の自己診断. 新里里春訳. 創元社: 東京.
- 伊東未来・松岡悠太・高橋和之・上野雄己・中澤史 (2019) ジュニアサッカー選手のパーソナリティに関する研究: 競技レベル, 学年, ポジションに着目して. 法政大学スポーツ研究センター紀要, 37: 11-18.
- 桂載作・芦原陸・村上正人 (1999) 自己成長エゴグラムのすべて—SGE マニュアル—. 株式会社チーム医療.
- 小宮あすか・布井雅人 (2018) Excel で今すぐはじめる心理統計. 講談社: 東京, pp.174.
- 国井修一・野村紗季 (2013) 硬式テニス選手の心理的競技能力特性—練習量の違いによる心理特性パターンの分析—. 椋山女学園大学教育学部紀要, 6: 105-113.
- 水元篤・竹内理 (2008) 研究論文における効果量の報告のために—基礎的概念と注意点—. 英語教育研究, 31: 56-66.
- 村上貴聡・今井恭子・菅生貴之・立谷泰久・石井源信 (2004) アテネ五輪代表選手を対象としたメンタルチェックに関する報告. 日本スポーツ心理学会第 31 回大会研究発表抄録集: 31-32.
- 中込四郎・鈴木壮 (1985) 運動選手の自我同一性の探求とスポーツ経験 (I): Erikson の相互性からみたスポーツ経験の特徴. 体育学研究, 30: 249-260.
- 中澤史・杉山佳生・山崎将幸 (2009) アスリートの自我状態

- と心理社会的スキルに関する研究. 交流分析研究, 34 (2): 44-50.
- 中澤史 (2011) エゴグラム療法によるアスリートへの心理サポートの検討—自我発達と心理的競技能力および社会的スキルの獲得—. 財団法人上月スポーツ・教育財団スポーツ研究助成事業研究論文. https://www.kozuki-foundation.or.jp/ronbun/spresearch/spres06_nakazawa.pdf (参照日 2020 年 12 月 19 日).
- 中澤史・上野雄己・苑田右二・梶内大輝 (2017) 指導スタイルとパーソナリティ, 社会的スキルの関連に関する一考察—ジュニアラグビー選手を対象とした予備調査結果—. 法政大学スポーツ研究センター紀要, 35: 7-10.
- 中澤史・神谷玲伊奈・博田広樹・土屋有羽・梶内大輝・佐藤友哉・上野雄己・小野田桂子 (2019) 新体操選手の心理特性に関する検討. 法政大学スポーツ研究センター紀要, 37: 1-10.
- 太田有美・芦原陸・佐田彰見・小川正子・出雲路千恵 (1996) OK グラムによる心療内科受診者の基本的構えの検討. 交流分析研究, 21 (2): 132-137.
- 清水裕士 (2016) フリーの統計分析ソフト HAD—機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案—. メディア・情報・コミュニケーション研究, 1: 59-73.
- 杉浦健 (2001) スポーツ選手としての心理的成熟理論についての実証的研究. 体育学研究, 46 (4): 337-351.
- 杉浦健 (2004) 転機の経験を通じたスポーツ選手の心理的成長プロセスについてのナラティブ研究. スポーツ心理学研究, 31 (1): 23-34.
- 竹之内隆志・奥田愛子 (2003) 自我発達と競技レベルおよび実力発揮度の関連—スポーツカウンセリングの理念の実証的検討—. 総合保健体育科学, 26 (1): 39-43.
- 竹之内隆志・田口多恵・奥田愛子 (2006) 中学ならびに高校運動選手のパーソナリティ発達: 自我発達を指標とした検討. 体育学研究 51: 757-771.
- 徳永幹雄・橋本公雄 (1987) スポーツ選手の心理的競技能力の診断とトレーニングに関する研究. デサントスポーツ科学, 8: 137-148.
- 徳永幹雄・橋本公雄 (1988) スポーツ選手の心理的競技能力のトレーニングに関する研究 (4) —診断テストの作成—. 健康科学, 10: 73-84.
- 徳永幹雄・吉田英治・重枝武司・東健二・稲富勉・斉藤孝 (2000) スポーツ選手の心理的競技能力にみられる性差, 競技レベル差, 種目差. 健康科学, 22: 109-120.
- 徳永幹雄 (2001) スポーツ選手に対する心理的競技能力の評価尺度の開発とシステム化. 健康科学, 23: 91-102.
- 徳永幹雄 (2005) 心理的競技能力の変化からみたスポーツ継続の心理的効果. 第一福祉大学紀要, 2: 65-78.